

Gegenstand des Projektes sind Maßnahmen der lebensweltbezogenen Gesundheitsförderung und Prävention der bisher eher unbeachteten Zielgruppe der Menschen mit Demenz in einer frühen Phase der Erkrankung zum längst möglichen Erhalt von Alltagskompetenzen.

Es gibt für diese spezifische Zielgruppe bislang wenig bis keine Angebote, da in der frühen Phase der Demenzerkrankung ein anderer Anspruch an Hilfs-, Unterstützungs- und Informationsangeboten besteht. Ausschlaggebend ist, dass in der frühen Phase der Erkrankung die kognitiven Einschränkungen noch gering und die Selbstbestimmtheit noch relativ stark ausgeprägt sind. Große Bedeutung wird daher auf die Bewahrung von Selbstständigkeit und Aufrechterhaltung der Autonomie im Alltag sowie Verständnis, Akzeptanz und Respekt gelegt. Und genau hier setzt die Lokale Allianz an.

Wir wollen mit dem Projekt eine Lokale Allianz schaffen, die gemeinsam Teilhabestrukturen für eine bisher eher unbeachtete Zielgruppe der Menschen mit Demenz in der frühen Phase entwickelt, aufbaut und für andere Quartiere und Regionen als übertragbares Modell erprobt.

### Lokale Partner des „Aktivgartens“

Das Projekt „Aktivgarten“ wurde in Rostock in Gemeinschaft zahlreicher lokaler Partner initiiert: Deutsche Alzheimer Gesellschaft Landesverband M-V e. V., Inthera Lehrpraxis GmbH an der Europäischen Fachhochschule, Verband der Gartenfreunde e. V., Amt für Jugend, Soziales und Asyl sowie das Gesundheitsamt der Hanse- und Universitätsstadt Rostock, Seniorenbeirat Rostock, Kommune Inklusiv Rostock, Selbsthilfekontaktstelle Rostock sowie Kerstin Paprzik als selbstständige Dozentin und Fachkraft für Gerontopsychiatrie.

Gefördert vom:



Die Lokale Allianz ist für einen Zeitraum von 3 Jahren Träger des Projekts. Es hat eine Laufzeit vom 01.01.2022 bis 31.12.2024.

### Termine:

Der Garten macht im Winter eine kleine Winterpause und erblüht im März wieder. Dann heißt es wieder **jeden Mittwoch in der Zeit von 14 – 16 Uhr** ist die grüne Oase für alle Interessierten geöffnet. Wir freuen uns auf Sie!

### Kontakt der Geschäftsstelle:



Schwaaner Landstraße 10  
18055 Rostock  
Tel. 0381 20875400

### Adresse Aktivgarten:

Hof des Verbandes der Gartenfreunde e. V.  
Viergewerkerstraße 2 a  
18057 Rostock  
(Nähe S-Bahnhof Parkstraße)

Fotos: privat



# Aktivgarten – gemeinsam wachsen





Mitten im Zentrum von Rostock gibt es eine wunderbare grüne Oase: Menschen mit Demenz in der frühen Phase der Erkrankung treffen sich hier einmal in der Woche zum gemeinsamen Pflanzen, Graben und Jäten.

„Bisher gibt es kein Angebot für Menschen mit Demenz in einer sehr frühen Phase der Erkrankung. Sie sind noch sehr selbstbestimmt, können ihren Alltag noch gut gestalten und werden aber meist vergessen“, erklärt Kathleen Schluricke, Koordinatorin der Deutschen Alzheimer Gesellschaft Landesverband M-V e. V. So entstand die Idee zu diesem Garten. Seit Beginn des Jahres 2022 läuft das Projekt „Aktivgarten – gemeinsam wachsen“ als besonderes Angebot der Teilhabe, welches sich erstmalig der Frühphase widmet. Die Frühphase bedeutet, dass die Menschen ganz am Anfang der Erkrankung stehen und zwar unabhängig vom Alter.

**„Der Garten ist ein Ort des Miteinander-aktiv-werdens und soll das Alleinsein verhindern.“**

*Kathleen Schluricke, Deutsche Alzheimer Gesellschaft Landesverband M-V e. V.*

„Wir wollen Lebensfreude vermitteln und außerdem Spaß und Bewegung in den Wochenalltag bringen. Der Garten ist ein Ort des Miteinander-aktiv-werdens und soll das Alleinsein verhindern“, so Kathleen Schluricke.

Die 81-jährige Helga Häfke, regelmäßige Besucherin des Gartens, kennt sich aus mit allem was so wächst. Garten ist für Helga Häfke eine schöne Erinnerung an ihre Kindheit, so wie für viele ihrer Generation. „Endlich wieder im Garten!“ Helga Häfke hat dies vermisst, seit ihre Eltern vor Jahrzehnten mit ihr nach Rostock gezogen sind.

Mit dabei sind zukünftige Ergotherapeut:innen, die an der Europäischen Fachhochschule Rostock studieren und die Teilnehmenden begleiten. „Aus der Theorie geht es direkt in die

Praxis. So sehen die Studierenden, dass bei den Menschen mit Demenz die Lebensqualität steigt“, erklärt Alena Lewin, Dozentin an der EUFH. „Durch die Arbeit mit den verschiedenen

Gartengeräten und den verschiedenen Materialien wird die Feinmotorik, Auge-Hand-Koordination trainiert und da wir im Freien sind, wirkt auch das UV-Licht positiv. Man fördert und erhält alles, was wir den ganzen Tag wahrnehmen und spüren.“



Es ist ein buntes und wertschätzendes Miteinander von Teilnehmenden, Studierenden, Gartenexpert:innen und ehrenamtlich Helfenden. Jeder kann nach Lust und Laune gärtnern oder einfach die Sonne und die Gemeinschaft genießen. Hier in Rostock wird aus einem ganz normalen Garten ein Begegnungsort für die ganze Gesellschaft.

**„Hier habe ich Abwechslung. Hier kann ich in der Erde wühlen.“**

*Helga Häfke, Jahrgang 1941*

Und wer sich traurig fühlt oder seine Ängste, Sorgen und Zweifel teilen möchte, hat die Möglichkeit, dies bei unserer Selbsthilfgruppenmoderatorin und erfahrenen Fachkraft Kerstin Paprzyk in Anspruch zu nehmen. Sie steht als Gesprächspartnerin zur Verfügung. „Bisher gibt es nur Selbsthilfgruppen für Angehörige und eben nicht für die Erkrankten selber“, stellt Kathleen Schluricke mit Bedauern fest.

Helga Häfke, Jahrgang 1941, meint: „Mein Mann ist verstorben, mein Sohn arbeitet, meine Tochter ist in Bremen. Und hier habe ich Abwechslung. Hier kann ich in der Erde wühlen.“ Und auch Ingrid Sischka, Jahrgang 1935, weiß das Projekt zu schätzen: „Also von Gartenarbeit habe ich eigentlich keine Ahnung, wir hatten nie einen Garten. Aber unter Leute möchte ich.“

„Die Tage gefallen mir so dermaßen, weil die Leute zwar alle untereinander fremd sind, aber sie verstehen sich, wir können erzählen über alles, was da so gibt hier drinne und deshalb sage ich: Toll, toll toll!“, findet Wolfgang Uth, Jahrgang 1938.

Kathleen Schluricke blickt mit Stolz auf das erste Gartenjahr. „Wir haben die Früchte der eigenen Arbeit geerntet, Obst und Gemüse vor Ort geschnitten und gegessen, gemeinsam Apfelsaft gemacht oder Dörrobst hergestellt. Doch der schönste Lohn sind die gemeinsamen Erlebnisse und sichtbar strahlende Lebensfreude, die wir den Besucher:innen mit diesem Ort der Teilhabe schenken. Alle freuen sich immer schon auf den nächsten Mittwoch im Garten.“

Wer auch mitgärtnern möchte, kann sich bei der Deutschen Alzheimer Gesellschaft Landesverband M-V e. V. melden oder einfach nach der Winterpause vorbeikommen. Der Garten befindet sich in Rostock in der Viergewerkerstraße 2 a (Nähe S-Bahnhof Parkstraße).

